



Las historias sobre trabajadores que sufren lesiones que cambian sus vidas mientras usan una escalera portátil siempre captan nuestra atención. Sin embargo, hay muchos otros usuarios de escaleras que también sufrirán lesiones que, aunque relativamente menos graves, aún pueden resultar en mucha miseria y dolor, así como en tiempo perdido en el trabajo y gastos médicos no deseados. Aquí hay algunas cosas que debemos mantener presentes mientras trabajamos con escaleras portátiles para ayudarnos a evitar lesiones persistentes en nosotros y en otros.

- Evita lesiones de espalda. Pide ayuda a alguien cada vez que estés instalando, desmontando o transportando una escalera pesada. Esto es especialmente cierto si tu escalera es larga, ya que el peso de la escalera combinado con su longitud larga multiplica varias veces la cantidad de torque aplicado a tu espalda cuando manejas la escalera solo.
- Trabaja de manera más inteligente, no más difícil. Al instalar una escalera de extensión larga para apoyarla contra una pared o estructura similar, coloca la escalera plana en el suelo con los pies contra la base de la pared. Luego levanta el otro extremo y "camina" la escalera hacia arriba hasta que esté plana contra la pared en posición vertical. Luego, alcanza un peldaño inferior con una mano mientras sostienes la escalera firme en un

peldaño superior con la otra mano, y lentamente aleja la parte inferior de la escalera de la pared hasta que esté apoyada contra la pared en el ángulo adecuado.

- Evita colocar tus manos y dedos cerca de cualquier punto de pellizco al abrir o cerrar tu escalera portátil. Esto es especialmente peligroso en los puntos donde los extensores en las escaleras de tijera están unidos y articulados cerca de la parte superior de la escalera, ya que actúan como una tijera cerrándose cuando la escalera se pliega.
- ¡Los dedos aplastados también duelen! Evita colocar tus dedos entre las secciones frontal y trasera de una escalera de tijera al plegar la escalera o al transportarla de un lugar a otro. Muchos usuarios de escaleras sufren dedos aplastados cuando las dos secciones se juntan, ya menudo con una velocidad y fuerza sorprendentes!
- Ejerce extra-precaución en esquinas ciegas y puertas: cuando transportes tu escalera portátil por el sitio de trabajo, disminuye la velocidad al acercarte a esquinas, puertas y áreas similares para no chocar con alguien que camine o esté parado al otro lado. Incluso podrías querer emitir una advertencia verbal al acercarte a dichas áreas. Además, baja el extremo delantero de la escalera ligeramente para que, en caso de que accidentalmente entres en contacto con alguien al doblar una esquina, al menos la escalera no golpee su cara o cabeza.

Estos no son los únicos riesgos potenciales que nos causan lesiones, pero son algunos de los más comunes que podemos intentar evitar. Usa precaución extra al manejar escaleras portátiles; disminuye la velocidad y piensa en estos consejos al instalar, desmontar y transportar tu escalera portátil. La lesión que evites puede ser la tuya.